

Nicht kaschieren – sondern zu sich finden

Schminkkurs für Krebs-Patientinnen: Zwölf Frauen lernen japanische Kosmetik und genießen Haut-Yoga

Von Petra Hartmann

Goslar. Eine Krebserkrankung verändert alles – auch das Gesicht. Vielleicht ist Schminken angesichts von Chemotherapie und Bestrahlung eine relativ kleine „Baustelle“, doch gerade beim Gang durch die schwere Krankheit sind Wohlbefinden und das eigene Selbstwertgefühl essenziell. Ein gepflegtes Gesicht gehört vor allem für weibliche Betroffene unbedingt mit dazu.

Einen Abend zum Wohlfühlen, für Stärke und neue Zuversicht organisierten daher der Verein Leben mit Krebs und die Goslarer „Parfümerie Kosmetik Bellissima“ und luden gemeinsam zu einem besonderen „Beauty-Workshop“ ein. Zwölf Frauen folgten der Einladung zu einem Abend, an dem nicht die Erkrankung, sondern die Gemeinschaft und die eigene Persönlichkeit im Mittelpunkt standen.

Entstanden war die Idee im Austausch zwischen Inhaberin Dorothee Pfannenschmidt und dem Verein, den sie bereits unterstützt. Der Vorsitzende Eike Hulsch und die stellvertretende Stiftungsratsvorsitzende Rita Prinz hatten den Kontakt aufgenommen. Gemeinsam entstand die Idee, betroffenen Frauen einen geschützten Rahmen für einige unbeschwerte Stunden zu schenken und ihnen zugleich praktische Anregungen für Pflege und persönliches Wohlbefinden mitzugeben.

„Die Angst und die Schmerzen vergessen“

„Sich selbst etwas Gutes tun. Behandlungen, Arzttermine, Angst, Schmerzen vergessen“, so beschreibt Rita Prinz das Konzept hinter dem Workshop. „Zusammen mit anderen betroffenen Frauen den Augenblick genießen, sprechen und lachen. Etwas Neues probieren, sanfte Hautpflege, Schminktipp, dem Gesicht ohne Wimpern und Augenbrauen wieder einen Rahmen geben. Empfindliche Haut beruhigen.“

Im Mittelpunkt des Abends stand ein besonderes Pflegeritual aus der Welt der „J-Beauty“. Das „J“ steht dabei für Japan. „Im Ge-

gensatz zur häufig trendgeprägten K-Beauty aus Korea setzt J-Beauty stärker auf Minimalismus, traditionelle Pflegerituelle und wissenschaftlich fundierte Ansätze mit dem Ziel langfristiger Hautgesundheit“, erläutert Pfannenschmidt. Es gehe dabei nicht um möglichst viele Pflegeschritte, sondern um bewusste Rituale und ausgewählte Produkte.

Fachlich unterstützt wurde das Team der Parfümerie von Sadi Fertig, Regional Sales Trainer, und Stephanie Klussmann, Sales Representative des Make-up-Unternehmens Shiseido. Gemeinsam mit Theres Zellmer, Andrea Othmer und Inhaberin Pfannenschmidt empfingen sie die Teilnehmerinnen und begleiteten sie durch ein eigens zusammengestelltes „Hautmenü“.

Dabei durften die Besucherinnen ausdrücklich alles selbst ausprobieren und erleben. Gemein-

sam wurden alle zu „Schaumschlägern“: Mit einer Bürste schlugen sie Reinigungsschaum besonders fein auf und verwendeten ihn anschließend für die sanfte Gesichtereinigung. Es folgte eine wohltuende Gesichtsmassage, wobei die Teilnehmerinnen auch verschiedene Selbstmassagegriffe erlernten, die sie auch zu Hause anwenden können.

Eine weitere Besonderheit war die Aromachologie, bei der Düfte und ihre Wirkung auf die Sinne und das persönliche Wohlbefinden eine wichtige Rolle spielen. Die angenehmen Aromen in Verbindung mit den bewussten Pflegeritualen haben die Teilnehmerinnen als besonders wohltuend empfunden. Für Leichtigkeit und manches Lächeln sorgte auch das gemeinsame „Skin Yoga“. Verschiedene Übungen – darunter das augenzwinkernde „Küsschen“ – zeigten, wie sich Gesichtsmuskulatur und Pfle-

ge auf unkomplizierte Weise miteinander verbinden lassen.

Ein sensibles Thema bei Krebstherapie

Auch ein sensibles Thema, das viele Frauen während einer Krebstherapie beschäftigt, haben die Organisatoren bewusst mit aufgenommen: den möglichen Verlust von Haaren und Augenbrauen. Mit praktischen Tipps und Tricks rund um Augenbrauenpuder und die natürliche Betonung der Gesichtszüge zeigten die Expertinnen Möglichkeiten, mit wenigen Handgriffen wieder mehr Ausdruck zu schaffen. Im Vordergrund stand dabei nicht das Kaschieren, sondern das persönliche Wohlbefinden und das Gefühl, sich selbst wieder ein Stück näher zu sein.

Genossen haben die Frauen auch das von Pfannenschmidt zubereitete Buffet. So blieb neben Pflege, Anwendung und neuen

Anregungen genügend Zeit für Gespräche, Begegnungen und den gemeinsamen Austausch in angenehmer Atmosphäre. „Uns war wichtig, den Frauen einen besonderen Abend zu schenken, an dem sie sich wohlfühlen, Neues ausprobieren und für einige Stunden einfach ganz bei sich sein können“, sagt die Parfümerie-Inhaberin.

Doch der Abend sollte nicht nur schöne Momente schaffen. Mit der Veranstaltung wollten die Organisatoren zugleich auf die Arbeit des Vereins Leben mit Krebs aufmerksam machen und vor allem den Betroffenen Mut machen, den Zusammenhalt zu stärken und weitere Menschen dafür zu gewinnen, die Arbeit des Vereins zu unterstützen. „Am Ende des Seminars gingen zwölf glückliche Frauen nach Haus“, sagt Rita Prinz begeistert. Der Vereinsvorsitzende Eike Hulsch kündigt an, dass weitere Kurse folgen sollen.



Kosmetik-Workshop zum Mitmachen und selbst Ausprobieren: Die Teilnehmerinnen haben viel gelernt.

Foto: Privat